

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN FREKUENSI KONSUMSI FASTFOOD
DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA PUTRI
DI SMK BATIK 1 SURAKARTA**



**Karya Tulis Ilmiah ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah Diploma Gizi**

Disusun Oleh :

WITRI SUSANTI

J 300 080 022

**PROGRAM STUDI D III GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2011

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN FREKUENSI KONSUMSI FASTFOOD
DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA PUTRI
DI SMK BATIK 1 SURAKARTA**



Karya Tulis Ilmiah ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah Diploma Gizi

Disusun Oleh:
WITRI SUSANTI
J 300 080 022

**PROGRAM STUDI D III GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Frekuensi
Konsumsi Fastfood pada Remaja Putri terhadap
Kejadian Overweight di SMK Batik 1 Surakarta
Nama Mahasiswa : Witri Susanti
Nomor Induk Mahasiswa : J300 080 022

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji KTI Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 30 Juni 2011 dan telah diperbaiki
Sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, Juni 2011
Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Dyah Widowati, SKM
NIK 798

Tuti Rahmawati, SGz

Mengetahui
Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dwi Sarbini, M.Kes
NIK.747

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Konsumsi Fastfood pada Remaja Putri dengan Kejadian Overweight di SMK Batik 1 Surakarta

Nama Mahasiswa : Witri Susanti

Nomor Induk Mahasiswa : J300 080 022

Telah dipertahankan di depan Tim penguji KTI
Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Pada tanggal 30 Juni 2011
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 30 Juni 2011

Menyetujui

Penguji I :Tuti Rahmawati, SGz ()

Penguji II :Muwakhidah, SKM.,M.Kes ()

Penguji III :Ruly Sudaryanto, S. ST ()

Mengetahui
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan

Arif Widodo, A.Kep., M.Kes
NIK.630

ABSTRAK

WITRI SUSANTI. J 300 080 022

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN FREKUENSI KONSUMSI *FASTFOOD* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA PUTRI DI SMK BATIK 1 SURAKARTA

Pendahuluan : *Overweight* dapat diderita setiap orang tanpa melihat usia. Khususnya pada remaja, golongan ini biasanya memiliki nafsu makan yang baik. Remaja sering mencari makanan yang praktis seperti *fastfood*. Hasil studi pendahuluan pada 20 siswi di SMK Batik 1 Surakarta terdapat 20% diantaranya mengalami *overweight*.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan metode survei dengan rancangan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dan antropometri. Sampel diambil menggunakan teknik *random sampling* sebanyak 43 siswi. Analisis data yang digunakan adalah distribusi frekuensi dan analisis *chi square*.

Hasil : Siswi SMK Batik 1 Surakarta memiliki pengetahuan gizi baik sebesar 72,1% dan yang berpengetahuan gizi tidak baik sebesar 27,9%. Siswi SMK Batik 1 Surakarta yang sering mengonsumsi *fastfood* sebesar 53,5% dan jarang mengonsumsi *fastfood* sebesar 46,5%. Siswi SMK Batik 1 Surakarta yang mengalami *overweight* sebesar 25,6% dan tidak *overweight* sebesar 74,4%. Hasil analisis statistik uji *chi square* didapatkan nilai $P > 0,05$.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMK Batik 1 Surakarta.

Kata kunci : frekuensi konsumsi *fastfood*, pengetahuan gizi, *overweight*

Kepustakaan : 34 : 1996 - 2010

MOTTO

- ❖ Doa adalah senjata orang mukmin dan tiang agama serta cahaya langit dan bumi
(HR Al Kahim dan Aisyah r.a)
- ❖ Orang terkuat bukan mereka yang menang tapi mereka yang tetap tegar
ketika mereka jatuh (Kahlil Gibran)
- ❖ Janganlah kamu tangisi perpisahan dan kegagalan karena pada hakikatnya itu
semua bukan di tangan manusia (Kahlil Gibran)
- ❖ Kejarlah cita-cita sebelum cinta karena jika cita-cita tercapai maka cinta
akan datang dengan sendirinya (Kahlil Gibran)
- ❖ Kemungkinan apa yang kamu sayangi atau cintai tersimpan keburukan
didalamnya dan kemungkinan apa yang kamu benci tersimpan kebaikan di
dalamnya (Kahlil Gibran)
- ❖ Berubahlah sebelum perubahan itu yang akan memaksakan anda
(Jack Welch)
- ❖ Kerja adalah Cinta yang terlihat (Penulis, 2011)

PERSEMBAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini kupersembahkan untuk :

Allah SWT dan Nabi SAW

Ya Allah terima kasih karena aku dilahirkan ditengah keluarga yang sangat menyayangiku, dipertemukan dengan teman-teman yang membantuku menjadi yang lebih baik, dan banyak kemudahan dalam menjalani hidup dan diatas segala itu. Ya Nabiku, engkaulah teladanku. Terima kasih karena selalu mendoakan kami, para umatmu.

Kedua orang tuaku

Terima kasih kepada ayah dan ibuku tercinta, yang telah memberikan bimbingan, nasehat, kasih sayang, dan perhatiannya kepadaku selama ini. Maaf jika selama ini aku pernah melukai hati ayah dan ibu. Dan tak ada yang bisa kulakukan untuk membalas kebaikan kalian. Aku berjanji akan berusaha menjadi anak yang sholeh dan berbakti kepada orang tua, aku akan berusaha menjadikan impian kalian menjadi nyata.

Saudaraku

Kakak-kakakku dirumah mas Tarno dan keluarga, mas Supar dan keluarga, mas Yanto dan keluarga, mas Triyono dan mbak Eni yang tak henti-hentinya memberikan doa dan semangat kepadaku, terima kasih. Adikku Dani (Cemplon), Moko (Bendol), Ivan (Tupil) , Eryc (Korong), Wulan (Kucrit), Adyt (Dangdutz) dan Khanza (MarukoChan) terima kasih atas keceriaan, kebahagiaan dan kebersamaan yang kalian berikan. Kalian adalah motivasiku untuk menjadi yang terbaik, agar dikemudian hari kalian dapat mencontoh apa yang terbaik dariku.

Sahabatku

Semua sahabatku AKZI Jannah, Eko, Novi, Vini, Afy, Sita, Santi Dyan, Pipit dan yang lain yang tak bisa kusebut satu persatu, seluruh teman-teman di kos Anisa (mbk Yanti, Nanda, Putri, Purwani, dan adik-adik kos), teman-teman di rumah terima kasih untuk kebersamaan dan dukungannya yang telah kalian berikan selama ini.

Someone terdekat

Maz agoezt terima kasih atas dukungan dan semangat yang kau berikan kepadaku, terima kasih atas kebersamaan dan canda-mu disaat aku lelah.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi disuatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini disebutkan oleh pustaka.

Surakarta, juni 2011

Witri Susanti

RIWAYAT HIDUP

Nama : Witri Susanti

Tempat/Tanggal Lahir : Boyolali, 24 April 1990

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : JL. Rama, Besuki, Tanduk, Ampel, Boyolali

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Pertiwi Tanduk tahun 1996

2. Lulus SD Negeri 1 Tanduk tahun 2002

3. Lulus SMP Negeri 2 Ampel tahun 2005

4. Lulus SMA Negeri 1 Ampel tahun 2008

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT Rabb semesta alam, atas segala hidayah, rahmat, karunia-Nya, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini akhirnya terselesaikan dengan baik.

Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN FREKUENSI KONSUMSI FASTFOOD DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA PUTRI DI SMK BATIK 1 SURAKARTA “** ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa tidak banyak yang penulis lakukan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A. Kep., M. Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST, M. Kes selaku Kepala Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Dyah Widowati, SKM selaku pembimbing I yang telah memberi bimbingan dan pengarahan materi.
4. Ibu Tuti Rahmawati, SGz selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan materi.
5. Ibu Muwahidah, SKM., M. Kes selaku penguji I yang telah memberikan koreksi untuk perbaikan dan selesainya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Ruly Sudaryanto, S. ST selaku penguji II yang telah memberikan koreksi untuk perbaikan dan selesainya Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh dosen yang telah membantu selesainya Karya Tulis Ilmiah.
8. Bapak Drs. Sri Sedyatentrem, M.Si selaku kepala sekolah SMK Batik 1 Surakarta yang telah memberikan izin dalam proses penelitian Karya Tulis Ilmiah.
9. Semua pihak yang telah membantu hingga selesainya Karya Tulis Ilmiah ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat untuk semua pihak yang membutuhkan. dan semoga Allah SWT senantiasa memberikan

perlindungan serta melimpahkan taufiq dan hidayah-Nya kepada kita semua. Semoga Allah SWT memberikan balasan kepada semua pihak sesuai amalannya. Peneliti menyadari bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini mungkin ada kekurangannya namun peneliti berharap semoga dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi yang memerlukan.

Surakarta, juni 2011

Witri Susanti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
PERNYATAAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka	6
1. Overweight.....	6
2. Fastfood.....	15
3. Pengetahuan Gizi.....	17
4. Remaja Putri	19

B. Kerangka Teori	23
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	24

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	26
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional	28
F. Pengumpulan Data	29
G. Langkah-langkah Penelitian	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum lokasi penelitian	33
B. Gambaran umum responden	35
C. Hubungan pengetahuan gizi dengan overweight	40
D. Hubungan frekuensi konsumsi fastfood dengan overweight	42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	47
B. Saran	47

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel

Halaman

1. Klasifikasi IMT menurut WHO tahun 2000.....	6
2. Informasi kandungan nutrisi jenis fastfood	16
3. Waktu Penelitian.....	24
4. Definisi Operasional.....	27
5. Ketenagaan di SMK Batik 1 Surakarta.....	32
6. Jumlah siswa di SMK Batik 1 Surakarta.....	32
7. Fasilitas di SMK Batik 1 Surakarta	33
8. Distribusi responden berdasarkan BB, TB, Umur.....	35
9. Distribusi pengetahuan gizi	35
10. Frekuensi konsumsi fastfood responden.....	36
11. Kejadian overweight pada responden	37
12. Hubungan pengetahuan gizi dengan overweight.....	38
13. Hubungan konsumsi fastfood dengan overweight	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar

Halaman

1. Kerangka Teori.....	22
2. Kerangka Konsep.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat keterangan penelitian di SMK Batik 1 Surakarta

Lampiran 2. Pernyataan kesediaan menjadi responden

Lampiran 3. Daftar pernyataan responden

Lampiran 4. Daftar pertanyaan responden

Lampiran 5. Kuesioner pengetahuan gizi

Lampiran 6. Food frequency quessioner (FFQ)

Lampiran7. Master tabel

Lampiran 8. Output data